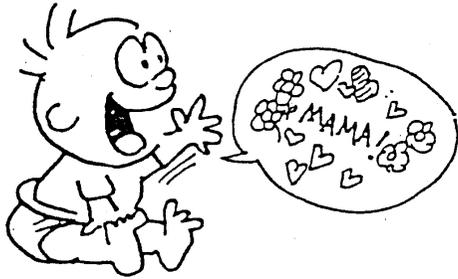


Destetar A Un Bebé Amamantado



Destetar significa que gradualmente sustituta el vaso oh tetera por el pecho.



Por Cuanto Tiempo Devo Amamantar Ami Bebé?

Algunas mujeres nomas quiere amamantar por unos dias oh semanas. A otras les gusta la idea de amamantar por 3, 6, 9 meses, ay veces que asta un año oh mas. Cualquier tiempo que usted amamante es bueno para usted y su bebé. Deje de amamantar cuando usted y su bebé esten listos.

Usted No Tiene Que Dejar De Amamantar Nomas Porque:

- * La gente diga que su bebé esta muy grande oh maduro.
- * Usted tenga miedo que lo vaya a engrair.
- * No tenga miedo que al rato no le va a poder quitar el pecho, si espera mucho.
- * Si va a regresar a la escuela oh trabajo.
- * Si su bebé tiene dientes.



Que Es Lo Mejor?

Los doctores nos dicen que lo mas mejor es amamantar por los primeros 4-6 meses, sin alguna otras comidas. Despues de 4-6 meses sign dando pecho y agregale otras comidas, como cereal, frutas y vegetales asta un año oh mas.

Devo De Usar Vasos Oh Teteras?

Como le quite el pecho al bebé, depende en la edad que tenga. Si ya tiene mas de 9 meses puede destetarlo directamente al vaso. Si es menor de 9 meses, deve destetarlo con tetera, y dele formula que contenga hierro. Leche fresca no, asta que cumpla un año.

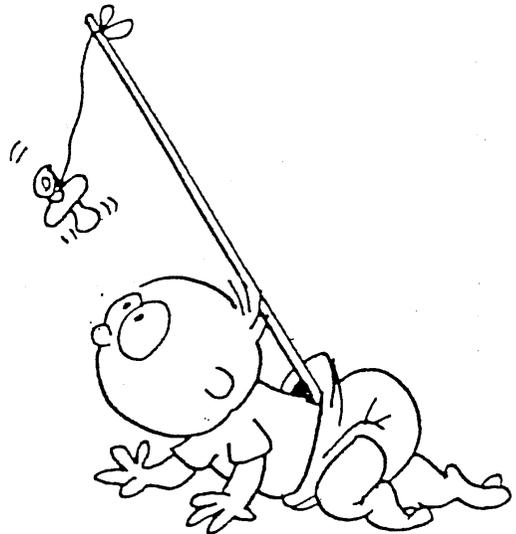


Como Comensar?

- * Si es posible agalo cuando su bebé se encuentre sano y contento.
- * Empiese con ofreserle el vaso oh tetera el las veces que a su bebé le guste comer menos.
- * Ahi veces que la ultima comida del dia es la ultima en reemplacentar, porque es la ves que mas les gusta a los bebés.
- * Al destetar agalo despacio, nomas reemplace una comida al dia, esperece unos dias, luego reemplace la siguiente.

Dandole tiempo a sus pechos para ajustar, le ayudara a que no se sientan tan llenos y adoloridos.

- * Exprese oh vacie sus pechos nomas asta no sentirse tan llenos. Sus pechos gradualmente produciran menos y menos leche, y regresaran a su tamaño normal.
- * Su bebé probable y le eche menos al estar cerca de usted cuando amamantaba. Dele muchos abrazos y atencion para que se sienta querido.



Amamantar es muy emocionable, y destetar puede ser tambien. Si usted se siente mal al destetar ahorita, alamejor y todabia no esta lista para hacerlo. Hable con alguien del programa de WIC que apoye la Amamantacion.

Mi Plan Para Destetar A

(Escriba el nombre de bebé)

La razon por que lla quiero destetar a mi bebé es _____

Yo usare el vaso oh tetera. (Circule uno)

Usare leche fresca oh formula fortificada con hierro. (Circule uno)

Pienso hacer las siguientes actividades con mi bebé, para que se sienta querido y especial. _____

